

未来志創

よっしゃ！顔晴ろう！

テキスト学習の現状は…

中教研学力調査が終わり、テストの振り返りに力を注いでいることと思います。これまでとは違い、今回のテスト勉強にはテキストを活用していた人も多かったように感じます。そのテキスト学習は今日で提出10回目となります。毎日確実に提出できている人は8割ほどでしょうか。残り2割ほどの人はやっていなかったり、持ってくる教科を間違えたり、朝登校して慌ててやっていたり…という感じですね。何事も取り組み始めたときが大変です。中には「モチベーションが上がらない…」という人もいないのでしょうか。そんな人へのアドバイスです。



モチベーションを上げようとしてはいけない？！

「人生は習慣で変わる」

それはわかる。わかってるんです…。でも、その…「習慣を変えること」がなかなか出来ない…。そういませんか？

習慣化させる上で最大の障害は…**モチベーション**。モチベーションが下がった時に『出来ない』が起きる…。『出来ない』が起きると、さらにモチベーションが低下する。このループが…『習慣化出来ない』という経験を増やしてしまう。

ところが、話し方の学校は…**モチベーションが関係ない**んです。なぜなら…『**愛ある強制力**』があるから。話し方の学校には『**毎日の宿題**』があります。鴨さん（鴨頭嘉人さん）は何度も言います。

「宿題をやった分だけ変わる！！宿題をやった分だけ変わる！！宿題が全てなんだ！！毎日やりましょう！！これは愛ある強制です！！」

最初は『何言ってるんだ、この人?!』って思っていました(笑)

でも。**【毎日の宿題】**これが全てでした…！！

強制なので**モチベーションが低くてもやらなくちゃいけない**からです！！今日は何かんだ乗らないなあ…という日でもやらなきゃならないんです…！！本当はちょっとサボってしまおう…。と思いましたが、**仲間もやってる**んです…！！**違和感があってもやってる**んです！！

そして…モチベーション乗らなくても**毎日**やるので…**そのうち、習慣化**する。やるのが当たり前になったとき…私は変わっていました…！！習慣化は**モチベーションを上げるのではなく…愛ある強制力で変わる**。

(鴨め～る「新事実！モチベーションを上げようとしてはいけない」より)

「しめきり様」と似ているかもしれませんが、「愛ある強制力」のおかげで頑張れるのも素敵です！！